

Zeitschrift: Gesundheitsnachrichten / A. Vogel
Herausgeber: A. Vogel
Band: 69 (2012)
Heft: 2: Die Mitte des Mannes

Artikel: 1001 Pfeffer aus 1001 Ländern
Autor: Zehnder, Ingrid
DOI: <https://doi.org/10.5169/seals-557608>

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. [Mehr erfahren](#)

Conditions d'utilisation

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. [En savoir plus](#)

Terms of use

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. [Find out more](#)

Download PDF: 29.01.2026

ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, <https://www.e-periodica.ch>

1001 Pfeffer aus 1001 Ländern

Es gibt Pfeffersorten, die ihren Namen zu Recht tragen. Und dann gibt es Pfeffer, die sich zwar so nennen, aber keine sind. Ob «echt» oder «falsch», wir machen uns auf ihre Fährte und schauen mal, wo der Hase im Pfeffer liegt.

Ingrid Zehnder

Die Familie der Pfeffergewächse ist mit etwa 3600 Arten riesengross. Die mit etwa 2000 Arten grösste und fürs Würzen wichtigste Gattung ist *Piper* (Pfeffer). Die *Piper*-Arten sind überall in den Tropen zuhause, denn sie brauchen warmes Klima und feuchten, humusreichen Boden. Frost mögen sie gar nicht.

Wo der Pfeffer wächst

Die bekannteste und fast täglich benutzte Pfefferart ist der schwarze Pfeffer (*Piper nigrum*). Seine Heimat ist das bewaldete Hinterland der Malabarküste im südindischen Bundesstaat Kerala, und noch heute gilt Pfeffer aus Indien als der beste. In den letzten Jahren allerdings hat sich Vietnam zum grössten Produzenten gemausert, gefolgt von Indonesien, Indien, Brasilien und Malaysia.

Bio-Pfeffer

Vom Altertum bis ins 18. Jahrhundert konnten sich die «Pfeffersäcke», wie die Gewürzhändler bezeichnet wurden, eine goldene Nase verdienen. Heute sind die Preise wegen des weltweit grossen Angebots in den Keller gesunken. Pfeffer ist nur noch eines von vielen anderen exotischen Gewürzen und von scheinbar geringem Wert.

Die Monokulturen mit ihrem grossen Einsatz an Dünger und Pestiziden fordern ihren Tribut: Die Ernten auf den ausgelaugten Böden werden geringer, und die



Qualität lässt nach. Seit einigen Jahren jedoch pflegen Kleinbauern bzw. deren Kooperativen – vor allem in Indien und Kambodscha – den ökologischen Anbau ursprünglicher, traditioneller Pfeffersorten in Mischkulturen. Da die Preise für Bio- und fair gehandelten Pfeffer doppelt so hoch sind (und die Bauern davon zwischen 20 und 50 Prozent abbekommen), haben sich die Chancen für das Überleben der Pfefferbauern gebessert.

Aus kleinen, in einer Ähre angeordneten gelben Blüten entwickeln sich grüne Früchte, die bei voller Reife rot werden.



Wie der Pfeffer wächst

Pfeffer ist eine Kletterpflanze und braucht Unterstützung fürs Ranken. Im kommerziellen Anbau sind das Holzpfähle, in der freien Natur müssen auch schon mal andere Pflanzen als Kletterhilfe herhalten. Das immergrüne Gewächs kann bis 10 Meter hoch und bis 30 Jahre alt werden. Auf den Pfefferplantagen wird es zur leichteren Ernte auf etwa vier Meter gehalten. Nach dem dritten Jahr kann die erste Ernte erfolgen. Pro Pflanze rechnet man in den ersten 15 Jahren mit 2,5 bis 3 Kilo Körnern (die botanisch gesehen zu den Steinfrüchten gehören). Später lässt der Ertrag etwas nach.

Den schwarzen Pfeffer gibt's in vier Farben

Die verschiedenen Farben des *Piper nigrum* sind aufeinander folgenden Reifestufen und verschiedener Verarbeitung zuzuschreiben.

Grüner Pfeffer wird aus unreif geernteten Früchten gewonnen. Um die Farbe zu erhalten, werden die Körner frisch in Salzlake bzw. Essigwasser eingelegt, sehr schnell bei hohen Temperaturen getrocknet oder gefriergetrocknet. Er hat ein fruchtiges, eher mildes Aroma. Da der eingelegte Pfeffer weich ist, wird er unter anderem bei der Herstellung von Barbecue-Saucen und Senfsorten benutzt. Der gefriergetrocknete grüne Pfeffer wird spröde und lässt sich im Mörser zermahlen. Er ist die erste Wahl für ein Pfeffersteak und mittlerweile auch schon eine klassische Zutat zu Erdbeer- oder Ananasdesserts. Grüner Pfeffer kam vorwiegend aus Madagaskar. Seit dem Nachlassen der dortigen Produktion hält Brasilien fast ein Monopol auf grünen Pfeffer, das allerdings durch die steigende indische Produktion gefährdet scheint. Auch **schwarzer Pfeffer** besteht aus noch grünen, knapp vor der Reife gepflückten Beeren. Geerntet werden meist die ganzen Pfefferrispeln, die von Hand ausgelesen, gewaschen und durch Trocknen in der Sonne fermentiert werden. Dabei entsteht das bekannte, schrumpelige, schwarze Korn. Das Aroma des schwarzen Pfeffers wird stärker, je später der Erntezeitpunkt liegt.

Lässt man dem Pfeffer die Zeit, reif zu werden, nimmt die Schale eine rote Farbe an. Um **weissen Pfeffer** zu gewinnen, werden die frischen roten Beeren tage lang in Wasser eingeweicht, die Schale maschinell (oder von Hand) geschält bzw. abgebürstet und in

der Sonne getrocknet. Das Endprodukt sind die hellen Körner. Vielfach wird das Einweichen in Wasserbecken oder fliessenden Gewässern durch «enzymatisches Schälen» mit Hilfe von Pektinasen* abgekürzt. Durch die Entfernung der fleischigen Schale hat der weisse Pfeffer die volle Schärfe des schwarzen Pfeffers, doch die in der Hülle enthaltenen Aromastoffe sind verloren. Im Vergleich zu schwarzem ist weisser Pfeffer etwas teurer, da mehr Arbeitsschritte für die Herstellung notwendig sind. Das bedeutendste Herkunftsgebiet für weissen Pfeffer ist die indonesische Insel Bangka südöstlich von Sumatra. Daneben gibt es noch den besonders hellen weissen Sawarak-Pfeffer aus Malaysia. Auch Brasilien stellt weissen Pfeffer her, der jedoch ein minderes Aroma aufweist und daher im internationalen Handel weniger geschätzt wird.

Roter Pfeffer besteht aus vollkommen reifen, ungeschälten Pfefferfrüchten und erfordert eine äusserst sorgfältige und mühevole Auslese während der Ernte: Jede einzelne Beere muss vorsichtig von Hand gepflückt werden. Meist wird der rote Pfeffer, ähnlich wie der grüne, in salzige oder saure Laken eingelegt. Eingelegter roter Pfeffer ist jedoch eher selten erhältlich. Noch seltener und exklusiver ist getrockneter roter Pfeffer. Um die rostrot-braune Farbe zu bewahren, werden die Beeren entweder in der Sonne getrocknet, wo sie allerdings schnell verfaulen können, oder im Vakuum mit erhöhter Temperatur zügig gedörrt. Roter Pfeffer ist scharf wie der schwarze, hat aber zusätzlich ein süß-fruchtiges Aroma. Am bekanntesten ist der rote Pondicherry-Pfeffer, benannt nach dem Ausfuhrhafen Puducherry im Südosten Indiens. Aus Kambodscha kommt der rote Kampot-Pfeffer, der ein leicht süßes, sehr fruchtiges Aroma mit einer milden Schärfe kombiniert.

Die wichtigsten Handelssorten

Pfeffer wird nach seinen Anbaugebieten bzw. den Handelshäfen klassifiziert. Je nach Region gibt es Unterschiede im Aroma und in der Schärfe.

Aus Indien kommt schwarzer und weisser **Malabar-Pfeffer**, der mehr als 80 Prozent der Welternte aus-

* Pektinase ist ein Enzym, das aus dem Pilz *Aspergillus niger* gewonnen wird und das Pektin in der Schale auflöst. Wird auch bei der Herstellung von Wein und Fruchtsaft gebraucht.

macht. «Allerdings verkommt er aufgrund falscher Weiterverarbeitung und Lagerung meist zu einem nur mässig aromatischen Würzmittel», wie Ingo Holland, ein anerkannter deutscher Gewürzfachmann, urteilt. Die Heimat des schwarzen **Tellicherry-Pfeffers** liegt in der Umgebung der Stadt Thalassery im Südwesten Indiens. In Gourmetkreisen gilt der aus gelb-orange-farbenen Beeren gewonnene Pfeffer als einer der besten. Er zeichnet sich durch ein würzig-scharfes, warmes Aroma aus.

Schwarzer **Periyar-Pfeffer** oder **Urwald-Pfeffer** aus dem südindischen Bundesstaat Kerala wächst im Hochland des Nationalparks Periyar und gilt mit seiner Bio-Qualität ebenfalls als hervorragendes Gewürz. Der weisse und schwarze **Kaveri-Pfeffer** hat seinen Namen vom Fluss im Süden Indiens. Er wird mit dem Quellwasser der Kaveri gereinigt und wie jeder gute Pfeffer in der Sonne getrocknet. Er besitzt ein rundes Aroma und eine gewisse Schärfe.

gilt als ausgezeichneter weisser Pfeffer. Er enthält etwa ein Prozent ätherische Öle, hat weniger Aroma und eine reinere Schärfe als schwarzer Pfeffer und ist daher frisch gemahlen besonders für Fisch, Geflügel und helle Saucen zu empfehlen.

Schwarzer, weisser und roter **Kampot-Pfeffer** stammt aus der Provinz Kampot an der Südküste Kambodschas. Er gewinnt seine aromatische Qualität aus dem schweren, mineralischen Lehmboden. Die Roten Khmer hatten die Pfefferplantagen auf Reisanbau umgestellt, sodass die Pfefferproduktion erst seit den 1990er-Jahren wiederbelebt wurde. Die noch relativ kleine (Bio-)Produktion gewinnt zunehmend internationale Anerkennung.

Brasilien produziert schwarzen, weissen und grünen Pfeffer. Die Anbaugebiete liegen entlang des Amazonas in der Provinz Pará, die auch die Heimat der scharfen Parakresse ist. Brasilianischer **Belém-Pfeffer** gilt als ziemlich mild.



Kubeabenpfeffer



Langer oder Bengalischer Pfeffer



Kava oder Rauschpfeffer

Sawarak-Pfeffer kommt aus der gleichnamigen Region auf dem zu Malaysia gehörenden Gebiet Borneos. Sie zählt zu den neueren Anbaugebieten, da Pfeffer dort erst seit 140 Jahren kultiviert wird. Von zirka 4 Tonnen im Jahr 1870 hat sich die Produktion heute auf etwa 30 000 Tonnen gesteigert. Davon wird der grösste Teil zu schwarzem Pfeffer und nur etwa 20 Prozent zu weissem Pfeffer verarbeitet. Die Körner sind kleiner und weniger scharf als die indischen. Auch die Beeren des schwarzen **Lampong-Pfeffers** von der Insel Sumatra, deren Teil zu Indonesien gehört, sind etwas kleinfruchtiger als die Pfefferfrüchte aus Indien. Von den südost-asiatischen Pfeffersorten ist er einer der schärfsten Vertreter.

Muntok-Pfeffer von der indonesischen Insel Bangka

Noch mehr echte Pfeffer

Kubeabenpfeffer (*Piper cubeba*), auch Javanischer oder Schwanzpfeffer, stammt aus Indonesien und besitzt einen aromatischen und bitterscharfen Geschmack. Er findet heute in der Küche kaum noch Verwendung und ist nicht leicht zu bekommen.

Langer Pfeffer (*Piper longum*), auch Stangenpfeffer oder Bengalischer Pfeffer genannt, schmeckt süßlich-scharf. Er wurde lange als Pfefferersatz benutzt und schon von der Römern geschätzt. Heute ist er wenig bekannt und nur in Gewürz- oder Asia-Läden zu finden. Die Stangen sollten erst kurz vor der Verwendung zerbrochen und vermahlen und wegen des intensiven Aromas vorsichtig dosiert werden.

Kava (*Piper methysticum*), auch Kawa-Kawa oder

Rauschpfeffer genannt, gehört zu den echten Pfefern, wird jedoch nicht als Gewürz genutzt. Zubereitungen aus der Wurzel dienen im westpazifischen Raum als Getränk bei religiösen und kulturellen Anlässen sowie als Rauschmittel. In Europa wurde Kava zeitweise gegen Angstzustände eingesetzt, ist aber mittlerweile in der Schweiz, Deutschland und Grossbritannien als Arznei nicht mehr zugelassen. In Südasien dienen die frischen Blätter des **Betelpfeffers** (*Piper betle*) als Heilmittel in der ayurvedischen Medizin und gekaut, zusammen mit Betelnuss und weiteren Zutaten, als stimulierender «Betelbissen».

Wo Pfeffer drauf steht, aber nicht drin ist

Rosa Pfeffer (*Schinus terebinthifolius*), eine verbreitete Zutat zu «buntem» Pfeffer, ist die Frucht des brasilianischen Pfefferbaums. Als Zierpflanze 1840 in Florida eingeführt, überwucherte er die Everglades, und heute wird mit einem Aufwand von Millionen

pfeffer, ist die Frucht von *Xylopia aethiopica*, einem grossen Baum, der im tropischen Afrika heimisch ist. Der Geschmack erinnert an Muskat und Kubebenpfeffer, ist aromatisch, scharf und leicht bitter. Die getrockneten, hülsenfruchtähnlichen Früchte enthalten Samen, doch für den Geschmack ist einzig die schotenartige Hülle massgebend.

Der westafrikanische **Malagetta-Pfeffer** (*Aframomum melegueta*), auch Aschantipfeffer, Guineapfeffer oder Paradieskörner genannt, ist den Ingwergewächsen zuzuordnen. Die rotbraunen Samen sehen Kardamom ähnlich und schmecken würzig-scharf mit einem herben Nachgeschmack.

Szechuan-Pfeffer (*Zanthoxylum piperitum*) ist eine Pflanze aus der Familie der Rautengewächse, er wird auch als Zitronen-, Anis-, China- oder Japan-Pfeffer bezeichnet. Als Gewürz werden die getrockneten und von den Samen befreiten Samenkapseln verwendet. Szechuan-Pfeffer hat einen leicht säuerlichen, scharf-



Rosa Pfeffer

Szechuan-Pfeffer

Tasmanischer Pfeffer

Dollar versucht, die Region wieder von der Pflanze zu befreien. Auch die ganz leicht pfeffrig schmeckenden Beeren des Peruanischen Pfefferbaums (*Schinus molle*) werden als Rosa Pfeffer gehandelt. Beide Bäume gehören zur Familie der Sumachgewächse.

Der sehr scharfe **Cayennepfeffer** wird aus fein gemahlenen Chilischoten gewonnen.

Nelkenpfeffer oder Piment (*Pimenta dioica*) gehört zur Familie der Myrtengewächse. Er ist auch bekannt als Jamaikapfeffer und Allspice. Die getrockneten, braun-grauen Beeren des immergrünen Nelkenpfefferbaumes werden vor der Verwendung gemahlen oder zerstossen und schmecken recht scharf nach Pfeffer, Gewürznelke, Muskat und Zimt.

Mohrenpfeffer, auch Selimskörner oder Senegal-

prickelnden Geschmack, der ein Gefühl der Taubheit auf Lippen und Zunge bewirkt. Er ist ein wichtiges und typisches Gewürz der asiatischen Küche.

Tasmanischer Pfeffer (*Tasmannia lanceolata*) ist eine seltene, kostbare Spezialität und auch bei europäischen Gourmets sehr begehrte. Die Pflanze aus der Familie der Winteraceae kommt nur in Australien vor, wächst häufig wild und wird auch Bergpfeffer genannt. Die getrockneten Beeren haben eine violett-schwarze Farbe und sind nicht hart genug, um gemahlen zu werden. Man zerstösst sie im Mörser. Sie schmecken im ersten Moment etwas süßlich und dann extrem scharf nach Chili und Pfeffer. Bergpfeffer ist sehr teuer, wird aber nur in kleinsten Mengen kurz vor dem Servieren zugefügt.